

地区房地产详细市场调查

第一部分 拉萨人文地理

一 拉萨城市概况

地理状况

拉萨是自治区首府。位于自治区东南部，雅鲁藏布江支流拉萨河北岸，东经91°06′，北纬29°36′。东邻林芝地区，西连日喀则地区，北接那曲地区，南与山南交界。南北最大纵距202公里，东西最大横距277公里，辖区总面积29万平方公里，其中市区面积210平方公里，城市建成区面积50平方公里。现辖城关区堆龙德庆县曲水县达孜县尼木县林周县墨竹工卡县当雄县等1区7县。总人口40万人，其中城市人口18万人。居民大多数为藏族，还有回汉等民族。地处高原，海拔3500米左右。城南有拉萨河长年不断的流水，四周东有觉母丝丝东南有明珠孜日西南有曲加拉日西北有岗彭吾孜等大山相连环抱。属高寒气候，长冬无夏，全年无雾，空气清爽，阳光充足，全年日照在2952小时以上，被人们誉为“日光城”。最高气温28℃，最低气温14℃，年平均气温8℃左右。年平均降雨量200~510毫米，降雨一般集中在每年的6789月份，是理想的夏日避暑胜地。

历史沿革

公元633年，雅隆部落的松赞干布在拉萨建立了强大的吐蕃王朝，拉萨以吐蕃王朝都城地位，揭开了它历史发展的新篇章。定都前的拉萨是一片沼泽荒芜之地，定都后，筑宫堡修河道建寺院，奠定了拉萨城市的雏形。著名的大昭寺即在这一时期建造，山羊负土填湖的典故是建寺过程中的一段美丽传说。藏语羊叫“惹”，土为“萨”，由于大昭寺是最早的建筑，人们便以“惹萨”作为以大昭寺为中心的这一城市的名称。汉文史籍把“惹萨”一般译为“逻娑”“逻些”

。随着佛教的兴盛，人们把这个城市视为“圣地”，“拉萨”之名随之兴起，并取代了原有的名称。“拉萨”是藏语“圣地”或“佛地”的汉文音译。自松赞干布始，吐蕃政权传9代赞普(藏王)，均以拉萨为首府。838年，朗达玛继为赞普，废佛，佛教遂以喇嘛教名义出现，并谋杀赞普。从此，吐蕃对各部属的统治关系开始解体，全盛一时的奴隶制政权接近崩溃，拉萨陷入不同奴隶主集团间旷日持久的战争局面。857年，吐蕃本部发生“邦金洛”平民大起义，吐蕃奴隶社会在起义风暴中土崩瓦解，地区陷入持续数百年的分裂割据时代。拉萨作为政治中心的地位衰落了，许多宫堡城寨也在这一时期毁于兵燹。公元60年，蔡巴噶举派于拉萨一带崛起，逐步取代了其他地方势力在拉萨的地位。13世纪中叶，元朝划分为13个万户，蔡巴万户为其中之一，在拉萨颇有建树。14世纪初期，帕木竹巴先后征服了止贡巴雅桑巴和蔡巴，进而掌握了全藏统治大权。帕竹在建立13个大宗，拉萨属内邬宗。帕竹的统治中心虽在乃东，但拉萨以其宗教发展史上的圣城的地位和强大引力仍为帕竹政权高度重视。15世纪初，喇嘛教格鲁派(黄教)以拉萨为据点逐步统一全藏，形成政教合一的统治局面。由于禁止喇嘛娶妻，宗教首领采取转世法选择，出现了达赖班禅两大活佛系统。1642年，五世达赖在拉萨建立了噶丹颇章政权。1652年五世达赖赴京，受到清廷的隆重接待和册封，次年返藏。以达赖为首的地方政权的力量得到进一步加强，拉萨作为地方首府，从此一直延续了下来。1721年，清廷在拉萨设置驻藏办事大臣，1751年又在拉萨建立噶厦政府，并授权达赖管理地方行政事务。1951年5月中国人民解放军和平接管拉萨，1960年正式设立拉萨市。

城市特点

拉萨是地区文明发源地之一，有着灿烂的藏族文化，布达拉宫大昭寺等为藏传佛教圣地，1982年被公布为国家历史文化名城。拉萨除著名的布达拉宫黄教三大寺(甘丹寺哲蚌寺色拉寺)

大昭寺罗布林卡外，还有神奇的纳木错高原湖泊风光，美丽的当雄草原风光，奇特的德中温泉和林周墨竹工卡等自然风景区，广阔的山区和河谷平原上，又有一定数量的野牦牛野驴黄羊等30多种野生动物，以及麝香冬虫夏草等29种野生动植物药材。特殊的人文景观和自然景观，使拉萨成为国际性旅游城市。市辖区范围内有丰富的地热资源和矿藏资源。现探明的有铁铜铅锡钼银金等30多种矿藏，储量大，分布广。羊八井地热开发面积100多平方公里，被列为国家重点开发项目。

城市现状

拉萨是政治经济文化交通中心，对外开放城市。1996年国内生产总值581亿元。现有电力采掘机械食品纺织建材印刷工艺美术家具制造加工等各类工业企业，特别是历史悠久的民族手工业近几年来得到很大发展，有的产品已进入国际市场。各类企业1071户，1996年全市乡及乡以上工业产值亿元。农业耕地面积39万公顷，天然草场25万公顷，林地153万公顷，还有120万公顷土地可供农林牧综合开发利用。1996年农业总产值3亿多元，牲畜存栏170万头(只)，农牧民人均纯收入1075元。著名的青藏川藏中尼公路交汇于拉萨，还开通了拉萨至成都重庆北京加德满都的国际国内航线。已形成了以拉萨为中心的联结区内外的邮电通讯网，并实现了交换程控化传输光缆化等位拨号，市话容量2万门，电话号由5位升至7位。长途直拨用户4649户，移动电话1276户。市场繁荣，1996年全市社会消费品零售额12亿元。文化教育事业得到新的发展，全市适龄儿童入学率92.1%，在校生巩固率97.4%。部分县实现了“普六”义务教育。卫生事业有了很大进步，人民健康水平有了很大提高，人均寿命由50年代的36岁延长到64岁。市政建设发展很快，建成了新城，形成了“古城古，新城新”的独特风貌。

名城保护与发展规划

1983年拉萨市人民政府制定了《拉萨市城市总体规划》，并经批准实施，10多年来，对促进城市建设发展和名城保护起到了重要作用。1995



年拉萨市人民政府对原《城市总体规划》重新进行了修订和完善，并具体制定了拉萨市历史文化名城保护与发展的措施。其宗旨是：保护拉萨市区地上地下文物古迹；保护具有历史传统特色的地段；保护和延续高原古城的格局和风貌，继承和发扬传统文化，使拉萨的发展和建设既满足现代生活和工作的需要，又葆有其历史文化特色。为保护高原古城风貌，划定了保护街区范围，北起林廓北路，南至金珠东路，东至林廓东路，西至朵森格路，面积近12平方公里，与布达拉宫和罗布林卡形成东西轴线相呼应。重点保护街区划分为三个类型。一类保护街区为绝对保护区，包括以大昭寺八廓街为主体环境形成的老城中心区（八廓街内包括八廓街外建筑）及相邻的小昭寺自身占地范围。在这一区域内，禁止新建一切与修复古迹无关的建设工程，原有建筑在修复时，无论在建筑造型层数色彩上都必须保持原貌。二类保护区为重点保护区，是指与绝对保护区关系密切的保持着原有风貌的老城区其他地段（八廓街外围老城）。旧城改造时要维护原有建筑格局建筑形式及体量，保留原有风貌，需要改建的建筑外观必须保留原样。三类保护区为环境协调区，指历史文化街区范围内北部老城区的外围地段（大多为新建筑）东西南北范围道路外侧50米控制地带。建筑的形式必须具有地方风格，要与老城风貌一致。几年来，拉萨高原古城按照城市总体规划和名城保护措施保重点堵乱建抓改造抢恢复，进行了全面的保护。修建了大昭寺广场，对八廓街老城区的商贸网络中心铺设了石板路面，大街小巷安装了上水下水管道。投资亿多元建设了世界上海拔最高的布达拉宫广场，搬迁居民670户，恢复了布达拉宫西侧的两座白塔，更加衬托了布达拉宫的雄伟壮观。改建扩建了环城路金珠西路陆定南路中干渠路，使高原古城原有风貌与现代化城市建设浑然一体。拉萨市城市建设总体目标是：发展成为经济繁荣科技进步功能合理设施配套服务良好风景宜人环境优美，具有独特高原风貌和历史文化特色的中等城市。

二拉萨名胜古迹

【哲蚌寺】黄教六大名寺中最大寺院

【哲蚌寺】全国重点文物保护单位。坐落在拉萨西郊约10

公里处的根砬乌孜山南坡的山坳里，全称吉祥米聚十方尊胜州，旧译别哲蚌。系宗喀巴的著名弟子绛央曲结扎西贝丹于1416年创建的，占地75万平方米，为我国黄教著名六大寺中最大的寺院，曾有僧人1万多人(额定为7700人)。全寺依山而建，规模宏大，远观鳞次栉比，铺满山坡，入内巷道纵横，有如一座城镇。寺院由措钦大殿洛色林果艺德阳阿巴4个扎仓50多个康村僧居，以及达赖喇嘛的宫殿甘丹颇章建筑群所组成。每个建筑单位内部基本上分三个地平层次，即院落地平经堂地平和佛殿地平，如此形成由大门到佛殿逐层升高的格局，强调佛的尊贵地位。在大殿和经堂的外部又采用金顶相轮宝幢八宝等佛教题材加以装饰，增强了佛教庄严气氛，把建筑烘托得更加富丽。措钦大殿是寺内最大的建筑，经堂内有190多根柱子，可容纳七千喇嘛，是全寺僧人集中诵经和举行仪式的场所。大殿二层供奉有绛央曲结建造并由宗喀巴亲自开光的强巴佛像，是该寺最尊贵的文物。另外还在殿内供奉有一只白海螺，传说这个海螺是释迦牟尼时由大弟子目犍连藏在甘丹山上，后来由宗喀巴取出送给了绛央曲结。扎仓中以洛色林为最大，可容纳四五百人，其中阿巴扎仓为密宗扎仓，其余均为显宗扎仓，显宗扎仓除有供集体诵经的殿堂外，还各有辩经场。阿巴扎仓供奉的本尊大威德塑像内，藏有著名密宗大师惹译师的骨灰。甘丹颇章为达赖所居，五世达赖在迁入布达拉宫前就住在这里，因而五世达赖于1642年所建政权即称之为“甘丹颇章政权”。颇章分前院和后院，后院系经堂部分，前院为达赖宫殿。十三世达赖时又加以维修，并把前院加高一层，即为现今之规模。寺内各僧院塑有各种佛像，壁上绘有壁画，皆艺术珍品。寺内还藏有几百部佛经手抄本，弥足珍贵。这座在国内外有着重要影响的寺院，曾为佛教培育出大批佛学人才，仅是由三大寺推选出来继承宗喀巴法座的96位甘丹法王，哲蚌寺就占一半左右。

【大昭寺】全国重点文物保护单位

【大昭寺】全国重点文物保护单位。位于拉萨旧城八廓街中心。始建于7世纪中叶，后经历代多次修葺和扩建，形成今天占地251万平方米的大型建筑群。其建筑具有唐代建筑风格，同时又吸收了尼泊尔和印度建筑艺术的特色。金碧辉煌的鎏金宝顶丹堊相映的高墙和富丽堂皇的装饰，组成仙境琼阁般的朝拜圣地。大昭寺坐东向西，建筑大体沿纵向中轴线分布，由门廊庭院神殿及分布在四周的僧舍库房等四部分组成。神殿高4层，内有大木柱20

根，柱上斗拱架梁，浮雕精美，有人物鸟兽等图案；二三层檐下有成排的木雕伏兽和狮身人面泥质半圆塑像，四周走廊和殿堂绘满藏式壁画，色彩艳丽，形象逼真，内容丰富，既有佛经故事，也有历史人物，其中有表现文成公主进藏的热烈场面和建造大昭寺的浩荡情景。大昭寺内保存有大量的珍贵文物，最著名的是文成公主带到的释迦牟尼金像。除此之外，唐代的丝织佛像，元代的大银灯，明代的珍珠佛衣和金灯，也都是稀世珍品。寺内供奉的松赞干布及两位公主像可能是13世纪时的制品。著名的《唐蕃会盟碑》树立在大昭寺正门前方。

【小昭寺】黄教格鲁派上密院修法之地

【小昭寺】自治区重点文物保护单位。坐落在拉萨旧城北部，八廓街北约500米处，距离大昭寺约1公里许，通常与大昭寺并称“拉萨二昭”。小昭寺，藏语称甲达绕木契，甲达意为汉人的，绕木契意为大院子。小昭寺历史悠久，始建于唐，与大昭寺同期修建。两寺工程竣工后，藏王松赞干布曾设“广大庆筵”为之开光。小昭寺的早期建筑系仿汉唐格式，可惜已不复存在。历史上，小昭寺几经大焚又几度修复，在“文化大革命”中又遭破坏。目前所见到的残存，是晚期作品，为黄教格鲁派上密院的修法之地。小昭寺坐西朝东，现存大殿占地2100余平方米，底层由经堂佛殿两部分组成。经堂东西长214米，八开间；南北宽176米，五开间。佛殿呈长方形，为44米51米，外部环以转经甬道，周围还有转经廊。殿堂竖向三层，第三层设有金殿一座，翘角飞檐，十分壮丽。寺内至今供奉有释迦牟尼墨珠尔济弥勒佛像。释迦牟尼像即觉阿佛像，佛陀12岁时之身量，为最珍贵的历史文物，系唐时文成公主由长安携带进藏。

【查拉路甫石窟】重点文物保护单位

【查拉路甫石窟】自治区重点文物保护单位。位于拉萨市内药王山东麓高距地面20米处。石窟洞口向东，与大门西向的大昭寺遥遥相对。开凿于唐初，系松赞干布王妃茹雍妃倡造。唐代晚期以后，几经兴衰。石窟依山开凿，平面呈不规则长方形，面积约27平方米，洞口高256米，宽445~55米。洞内有一中心柱，其平面亦为不规则长方形。中心柱与洞壁之间是狭窄的转经廊，宽075~13米，仅可容一人通过。窟内共有造像71尊，除两尊泥塑外，余皆为石刻像，分布在中心柱四面和石窟的西南北壁上。造像为“大梵天竺”（印度）佛像或历史人物，雕刻细腻，形象生动逼真，

装饰齐全，衣纹清晰流畅，现基本保存完好。

1

三



【谐拉康盟文诏敕碑】重点文物保护单位

【谐拉康盟文诏敕碑】自治区重点文物保护单位。位于拉萨城东约100余公里处墨竹工卡县止贡乡。有石碑两方，立于谐拉康大门两侧，两碑相距6米。右侧为吐蕃赞普赤松德赞于9世纪初赐与娘定埃增的盟文诏敕碑。碑身高493米，下宽上收，正面下宽85厘米上宽78厘米，侧面下宽41厘米上宽38厘米。碑体完好，文字清晰，上刻藏文62列。有翘角碑盖，但未见宝珠顶。碑座高93厘米，正面宽75厘米，侧宽8厘米。碑座正面雕有符号，左面雕宝瓶，刀法精炼，线条流畅。左侧的石碑立于812年，是右侧盟文诏敕的重申和补充，原刻藏文49列，现碑身已残为3截。娘定埃增是赤松德赞幼年时的老师，是娘氏家族中以僧侣身份参与吐蕃地方政事的重要人物，位居“大论”之上的“曲论”要职。碑文中称其“常为社稷献策，忠贞不贰，上下臣工均奉之为楷模”。为表彰他的功绩，赤松德赞两次盟誓勒石，赐给他奴隶牧场园林，并授予他管理藏堆诸部特权。

【达札路恭纪功碑】研究唐蕃关系重要史料

【达札路恭纪功碑】位于布达拉山对面的公路南侧。8世纪赞普赤松德赞在位时所立。石碑立于高192米面积2225平方米正方形基台上。基台的正中为三级阶梯形碑座，高1319米。碑身(包括碑顶)高799米，呈方柱形，下宽上收。碑身正面背面左三面有字，正面藏文68列，左面藏文16列，背面藏文74列。碑文字体遒劲，棱角分明。虽经1200余年的风雨剥蚀，仍然清晰可读。达札路恭是赞普赤松德赞的重要大臣，位居“大论”要职。这块碑是为了表彰他的功绩而立，故名纪功碑。碑文中赞扬他“率众侵唐，忠贞业绩卓著，足智多谋，英勇深沉，精娴弓马战阵”。为此，赤松德赞不仅赏赐给他奴隶土地牧场，还许给他和他的后代种种特权。这块碑对研究吐蕃奴隶制社会政治制度及吐蕃与唐朝关系史提供了重要的史料。

【唐蕃会盟碑】研究唐蕃历史重要文物

【唐蕃会盟碑】在拉萨大昭寺前面。唐长庆元年(821)吐蕃派使臣伦纳罗到长安请盟，唐穆宗表示赞同，是年，命宰相和大臣17人与蕃使会盟于京师长安西郊。接着，又派大理卿刘元鼎为会盟专使，随伦纳罗入藏，于次年五月在拉萨设坛换约。长庆三年(823)

正式立碑，唐朝使臣太仆寺少卿杜载等参加了隆重的落成典礼。碑通高56米，由帽身座三部分组成，身座连接缝隙以铜液浇灌，固若一体。碑身高342米，宽082米，厚035米。碑正面向西，上刻汉藏两体对照文字，文义相同。左半藏文，横书，77列；右半汉文，直书，6行，正楷，存464字。碑身已略有风化，但所镌藏汉碑文尚能辨认。碑文中说：“舅甥二主商议社稷如一，结立大和盟约……务令百姓安泰，所思如一，成久远大善，再续旧亲之情，重申邻好之义……彼此不为寇敌，不举兵革，不相侵谋封境。”充分表达了藏汉两族共崇旧好，永息争端的愿望。碑文中还记述了这次会盟的经过，立石年月以及参加登坛会盟的官员名单。通过这次会盟，进一步加强了唐蕃的友好往来。这块碑是重要的古文献之一，也是研究唐蕃历史的重要文物。

【布达拉宫】世界文化遗产

【布达拉宫】全国重点文物保护单位，世界文化遗产。位于拉萨古城之西，建筑在布达拉宫山上。布达拉山，最早称红山。布达拉，为观音胜地普陀洛迦的梵语译音，意思是持航或航行解脱海岛之舟，表示观音持航以普救众生。它的历史，可追溯到7世纪。松赞干布时期修建的布达拉宫没有完全保留下来，先是在赤松德赞时(754~797)遭受雷击，引起火灾，继而在吐蕃王朝末期毁于兵乱。现在的布达拉宫是17世纪以来在被毁宫堡的遗址上重新修建的。1645年3月25日，五世达赖喇嘛固始汗第巴索朗绕登等云集布达拉宫山，举行白宫桑呷嘎采(密咒乐园)开工典礼，历时3年竣工。1690年2月第巴桑结嘉措在五世达赖圆寂后的第八年，着手建造五世达赖灵塔，扩建红宫和朗杰扎仓等。经过两年零4个月的施工，至1693年主体建筑竣工，举行了隆重的落成典礼，并在宫前立无字石碑，以示纪念。以后历代达赖均予维修和少量增建。至十三世达赖时，又掀起了一次扩建高潮。十三世达赖圆寂后，在红宫之西建造了格来硕觉殿安放十三世达赖灵塔，至此，始具今之规模。布达拉宫建筑群占地面积41公顷。有红宫白宫朗杰扎仓扎厦僧官学校王坚觉夏钦觉结布觉旦玛觉瑶军司令部印经部监狱骡巴圈供水院等建筑，占据了整个布达拉宫山。宫体主楼13层，高0米，东西长360米，全部为石木结构，建筑依山势垒砌，群楼重叠，殿宇嵯峨，气势雄伟，体现了藏式建筑的鲜明特色和汉藏文化融合的风格。布达拉宫不仅以建筑成就著称，它还以辉煌的艺术作品和珍贵文物闻名。宫内拥有大量雕塑壁画，珍藏有108函2500

余卷经书，特别是精刻藏文大藏经金字缮写的甘珠尔天竺等地的贝叶，均是稀世之宝。文物中还有皇帝敕封历代达赖的金册金印。布达拉宫堪称一座艺术博物馆和文化宝库，对于研究政治经济历史文化艺术都具有重大的价值。

【甘丹寺】黄教六大名寺之首寺

【甘丹寺】全国重点文物保护单位。位于拉萨东达孜县境内，西距拉萨市区474公里。为国内外闻名的黄教六大寺之首寺，建造在旺波山峦的山坳里，海拔3800米。始建于15世纪初。1410年2月5日，宗喀巴大师被迎请到建成的甘丹寺，主持盛大的开光仪式，并担任第一位甘丹寺池巴。以后，甘丹寺又经历了95代池巴的经营，形成了规模宏大的建筑群。寺内主要建筑有拉基大殿阳八韃经堂赤妥康昂久康厦孜降孜扎仓以及康村密村等建筑。拉基大殿为全寺最大建筑，分门厅经堂佛殿三部分，面积2000多平方米，殿中供奉的弥勒佛和宗喀巴等铜像，体形较大，造型精美。殿门内宗喀巴的法轮座椅，为明代遗物。甘丹寺法定僧人数为3300人，实际人数一度达5000余人。喇嘛们按地区分别组织在各个康村和密村中。此外，庞大的建筑群中，还有9个辩经场，以适应春夏秋冬四季法会和平时辩论经典的需要。寺中拥有许多珍贵历史文物。其中以乾隆盔甲和“唐绣”最为著名。盔甲满嵌金银珍宝，是乾隆皇帝自己穿过的，于1757年7月送到作为对佛的供奉。“唐绣”为24幅绣画丝织品，绣像有十六罗汉四大天王等，这些绣像，每年藏历元月要展示3周，称“甘丹唐绣节”，以后成为一个宗教节日。甘丹寺系黄教首寺，它的出现标志着黄教已在宗喀巴宗教改革的基础上创立起来，无论在政治宗教，还是在建筑艺术方面都占有重要地位。不幸的是这座巨大的建筑群，于文化大革命中遭到了毁灭性的破坏，寺内文物被洗劫一空，建筑全部拆毁，变成一片废墟。近几年来，国家拨出专款，组织能工巧匠进行修复，现已恢复原状。

【罗布林卡林园】林木参天 花团锦簇

【罗布林卡】位于拉萨市中心，布达拉宫西约2公里处的拉萨河畔。是一座林木参天，花团锦簇的园林。18世纪中叶，七世达赖初建以后，每世达赖都进行不同程度的扩建，逐渐形成了占地为360万平方米的大园林。其间殿堂亭榭林立，有大小房间400

多套。从七世达赖以后，每世达赖在执政之前，均在此习文学经修法。执政后，每年夏天仍驻此地，所以人们称罗布林卡是达赖的夏宫。在藏族僧俗群众心目中，罗布林卡与布达拉宫一样，享有崇高的地位。罗布林卡的建筑，按其自然区域分为五个部分：以格桑颇章为主体的建筑群，以措吉颇章为主体的建筑群，以金色颇章为主体的建筑群，以厦布典拉康为主体的建筑群，以达旦明久颇章(新宫)为主体的建筑群。罗布林卡建设延续时间较长，其建筑分属好多时期，且越来越雄伟，室内陈设装饰也越来越富丽堂皇。达旦明久颇章是1954年中央人民政府为十四世达赖修建的。此宫既有寺庙的宗教色彩，又有宫殿别墅的建筑格调。罗布林卡，藏语意为宝贝林园。其最明显的特点还在“林园”两字上。这里不仅有大量拉萨地区常见花木，而且有来自喜马拉雅山南北山麓的奇花异草，也有从内地移植或从异国引进的名贵花卉。园内的植物有150多种，堪称高原植物园。现已辟为人民公园。

【色拉寺】我国黄教六大名寺之一

【色拉寺】全国重点文物保护单位。位于拉萨城北5公里处色拉乌孜山下。传说建寺前的山下长满了色拉(野玫瑰)，由此得名，全称为色拉大乘寺，是我国黄教六大名寺之一。创建于1419年，是宗喀巴的弟子释迦益协从南京回拉萨后不久，受宗喀巴委派主持修建的。建寺经费由当时的大贵族留宗承担。建筑雄伟壮丽，规模宏大，占地4464平方米。由措钦大殿3个扎仓32个康村组成，佛殿僧舍密布，错落有致，道路纵横，俨然是一座宗教城市。措钦大殿为全寺活动中心，有180根立柱，面积1000多平方米，可容纳五六千僧众集会诵经。柱梁上精致的雕刻及彩绘图案，悬挂的唐卡(卷轴画)柱幡和法幢使殿堂绚丽辉煌。壁间绘画，为明代画师所画。色拉寺除了扎仓康村米村以外，还有惹坠(修行寺)喇让(活佛公署)和众多的下属寺院，分布在各地。著名的热振寺策默林帕邦卡格桑拉让等都是色拉寺下属寺院。色拉寺藏有大量的文物珍品，以各类塑像铜像唐卡经书法器供器为最多。其中保存在措钦大殿的永乐八年(1410)版《甘珠尔》大藏经最为珍贵，这部经书108函，每函护以朱漆加金线图案的木夹板，附有永乐皇帝的御制经赞。吉扎仓的岗叔康内，珍藏着一副铜钹，钹上篆刻二龙戏珠图案，并有“大明宣德五年内加金银造”字样。色拉寺原藏一幅珍贵的缙丝唐卡，这幅唐卡是根据释迦益协的真容，用多种色彩的丝线编织而成，虽已经500多年，色彩仍很鲜艳，人物形象和藹可亲，栩栩如生。

【御制平定碑】即康熙碑



【御制平定碑】自治区重点文物保护单位。即康熙碑。原立于布达拉宫大门前，1965年因城建需要迁于龙王潭大门右侧。保存完好，形体与内地清碑相同。碑文是康熙圣旨，写于康熙五十九年(1720)，立于雍正二年(1724)。建有碑亭，龟趺座，碑额为石雕云龙图案，中题篆书“御制”两字。通高361米，宽104米，碑身高181米，碑文以满汉蒙古藏四体文字镌刻，详细记述了清政府派兵入藏平定准噶尔蒙古部落的情况。自五世达赖圆寂后，第巴桑结嘉措与固始汗后裔之间的矛盾日益尖锐，在权力斗争中，桑结嘉措被拉藏汗处死。蒙古准噶尔部借口为桑结嘉措报仇，乘机派兵入藏，占领拉萨。为平定准噶尔之乱，康熙帝于17181720年两次派兵入藏讨伐，将准噶尔部击败。为纪念这一胜利，康熙帝御制碑文，“以纪盛烈，昭垂万世”。

【御制十全武功碑】即乾隆碑

【御制十全武功碑】自治区重点文物保护单位。即乾隆碑。原立在布达拉宫前，1965年因城建需要迁于龙王潭大门左边。建有碑亭。清乾隆五十七年(1792)立。通高387米，其中碑身高207米，宽132；龟趺座高08米；石雕云龙碑额，高1米，中题篆书“御制”两字。碑文以满汉蒙古藏四种文字镌刻。此碑为纪念乾隆时期以武力戡定准噶尔回部金川台湾缅甸安南廓尔喀等“十大战功”而立，故又称“十全武功碑”。碑文着重记载了乾隆五十三年(1788)和乾隆五十六年(1791)清廷两次派大军入藏平定廓尔喀入侵的经过。碑文清晰，保存完整。

【曲贡村石棺墓】推测为吐蕃时期墓葬

【曲贡村石棺墓】自治区重点文物保护单位。位于拉萨市北郊曲贡村新石器时代文化遗址2号探方内。墓室破坏严重，棺室采用卵石块垒砌而成，平面略呈梯形，长15米，宽10.5~14米，高0.5米。棺内有头盖牙齿肱骨脊椎骨等，无任何随葬品。该墓较遗址晚得多，推测是吐蕃时期的墓葬。

【四大林】即四大“喇让”

【四大林】即四大喇让。“喇让”

藏语意为活佛的私人公馆中管理行政事务的机构，习惯上连同整个公馆叫做喇让。活佛是社会一个非常特殊的阶层，拥有很大的特权和极高的地位，凡是具备活佛资格的都有各自的喇让。四大林指的是丹结林功德林措德林和策默林，它们不仅建筑规模宏大，各富特色，代表了一代建筑艺术的发展水平，而且又往往伴随着这些喇让的主人的历史脚步，同许多有声有色的历史事件紧密联系。

【朗子夏】旧时拉萨市内所设最大监狱

【朗子夏】自治区重点文物保护单位，是旧时代拉萨市内所设的最大监狱。位于旧城八廓街北段，南与大昭寺紧连，距今已有300多年的历史。朗子夏坐西朝东，石木结构，平顶，共3层5个牢房，总建筑面积720平方米。大门开于二层，入内须拾级而上。门前为宣判台，台下是广场，死刑仪式即在这里举行，一经宣判，即将犯人绕八廓街一周示众后处以极刑。朗子夏第一层关押重犯，设有蝎子洞。二层囚禁轻犯女犯。三层是审判处和监狱驻守人员驻地，其中有头人3个，警官2个，秘书1个，一般办事人员20个。头人是由达赖直接任命的四品或五品俗官充当的。监狱的刑法非常残酷，除了用挖眼抽筋剥皮剁手剁脚等外，还用剖腹露出五脏六腑游八廓街一周后杀死的手段。其刑具有脚镣手铐皮拍木枷钢丝鞭皮鞭棍子棒子杠子牛皮绳石帽等50多种。朗子夏作为领主的专政机器，曾对藏族人民犯有不可饶恕的罪行。

【龙王潭】拉萨著名园林建筑

【龙王潭】藏语叫日鲁康，是拉萨著名的园林建筑。位于布达拉宫山阴。园林中心有一面积较大的潭水，坑形成较早，系五世达赖时修建布达拉白宫和第巴桑结嘉措修筑布达拉红宫时，从山脚大量取土造成的。传说六世达赖曾从墨竹工卡迎请墨竹赛钦和八龙供奉于此潭水中，因名龙王潭，该园林即以龙王潭相称。园林始建于六世达赖时期，依着布达拉宫的山势灵活布局，平面呈不规则多边形。园林东西长610米，南北最宽处303米，最窄处205米。潭水范围东西长270米，南北宽约2米，呈长方形状。潭水中有一孤岛，岛上建有阁楼。潭水四周则林木茂盛，一派葱绿，映着湖光山色，拱桥重阁，景色秀丽如画。潭中阁楼为3层，南向，是按照佛教仪规中坛城的模式建造起来的。现在的龙王潭已辟为拉萨市的大型公园，园内增建了儿童公园休息厅等设施，还可以划船，能

容纳15万人进行各种有趣活动。园内还铺有大面积的草坪，是游览休息的舒适场所。



【聂唐度母殿】重点文物保护单位

【聂唐度母殿】自治区重点文物保护单位。位于拉萨市西南40公里处聂唐乡。世纪著名僧人阿底峡应邀来拉萨传教宏法，曾长期住于此地，圆寂后于此建有大师骨灰灵塔。后又在塔旁建殿堂，以供养阿底峡生前随身供奉本尊度母铜像，遂名聂唐度母殿。殿堂呈一字型，2层，坐西朝东。底层有3间殿堂，中央供奉度母像。右侧一间供有土质尊胜塔，塔高约4米，两旁陈列许多铜质阿育王塔，最高的18米，重150公斤左右。这些铜塔传说是由阿底峡大师带来的。左侧一间供奉大师塑像。传说是罗大师生前所塑，并亲自开光，称赞很像自己，后人称之为“像我像”。殿堂上层是达赖出巡或来朝拜时居住的行宫。中央大厅供达赖诵经或举行仪式之用，南侧为居室。殿堂前围有院子，建有喇嘛居住的僧房等。度母殿堂东南处500米原有安放阿底峡大师骨灰的土石灵塔，现已损坏，大师骨灰暂在度母殿供奉。

三拉萨文化

【逛林卡】每年藏历5月5日举行

【逛林卡】藏语叫“哲林吉桑”。相传是为纪念释迦牟尼战胜异教徒而举行的活动。每年藏历5月1~15日，拉萨风和日丽，空气清新，树茂草盛，百花初放。在挺拔的钻天杨下，婆娑的古树边，绿茵茵的草地上，都可见到那些穿着鲜艳服装的藏族群众或合家而出，或约亲邀友，三五成群，搭上一顶白色帐篷，或围上几块床单与塑料布，一边喝着青稞酒酥油茶，一边弹着六弦琴，唱着民歌或藏戏，间有打扑克下棋甩骰子等娱乐活动。人们或促膝谈心，或打开录音机，放着优美的舞曲，大家圈地而舞，一直玩到傍晚，从大人到小孩个个都带着浓烈的醉意，一路欢歌而归。也有的人喜欢憩息于河溪沟渠之旁，尽情地洗刷衣衫鞋袜；累了以后，摊开四肢，舒舒服服地躺在毡垫般的草地上，或在古树下，边吃边喝，欣赏碧波荡漾的流水，一直到衣物晒干夕阳西斜，才心满意足地回家。到15日，逛林卡进入高潮，这一天，还进行一些宗教活动。□

【甘珠尔】藏文大藏经的“佛语部”

【甘珠尔】藏文大藏经两个组成部分之一。“甘珠尔”意为佛语部，包括显密经律。贡噶多吉编订。1323~1352年蔡巴贡噶多吉在担任蔡巴万户长期间，迎请布顿仁钦朱任总校，缮写金银《甘珠尔》各一部，这部共

206函，世称蔡巴《甘珠尔》。先此1312年时，菊登日比热赤等学者曾将当时所能收集到的佛学书籍汇集到一起，1320年刻版刊印，藏于那塘寺，世称那塘古版。14年，明永乐皇帝下令以太监侯显从携回的那塘古版为蓝本，在南京刻版印行，供奉于五台山，世称永乐版或南京铜版。该版本共108函，朱字，每面8行，印版已失，现拉萨色拉寺存有一套，不完整，只有103函。□

【丹珠尔】藏文大藏经中的“论部”

【丹珠尔】藏文大藏经两个组成部分之一。“丹珠尔”意为论部。包括经律的阐明和注疏密教仪规和杂著。布顿仁钦朱编订。1334年夏鲁古象贡噶顿珠为施主，布顿仁钦朱任总校，以那塘古版为蓝本，汇集过去未曾编入的所有收藏在那塘寺的1000多门类经籍，汇编成《丹珠尔》124函，世称夏鲁手写《丹珠尔》。1687年第司桑结嘉措以夏鲁哲蚌色拉大昭寺穷结等以往版《丹珠尔》为蓝本，增加上述版本内未收入经籍的780门类，汇编出《丹珠尔》225函，世称第司手写《丹珠尔》，藏于布达拉宫内。

【藏历】采用阴阳历计年法

【藏历】藏族传统历法。9世纪初即见于文字记载，基本上与夏历相同，采用阴阳历计年法。以五行阴阳和十二生相配合计年，相当于干支。一年有12个月，共354天，大月30天，小月29天。一般3年设1闰月，闰年384天。能推算日月食。自1027年藏历的火兔年(宋天圣五年)开始，每60年称为一个“饶琼”，相当于甲子。□

【藏戏】藏语称“阿吉拉姆”

【藏戏】广泛流行于藏族地区以歌舞形式表现故事内容的综合性艺术。藏语称“阿吉拉姆”，意为仙女大姐。相传是15世纪初由噶举派喇嘛唐东布结为化募修建雅鲁藏布江索桥资金而创。唱腔变化较多，动作舒展。一出戏一般分三个段落：(1)出场仪式，藏语称为“顿”；(2)正戏，藏语称为“雄”；(3)演出结束时的祝愿形式，藏语称为“扎西”。伴奏主要用鼓钹等。化装道具都很简单，过去多在广场演出。传统剧目总数近20

本，从取材角度看，可分为历史传说剧神话传说剧由民间故事改编的爱情戏儿童英雄戏社会生活剧宗教故事剧藏族古典小说和印度名著《罗摩衍那》改编剧等。流传至今仅保留有八大藏戏如《文成公主》《诺桑王子》等。民主改革后，艺人的地位得到提高，剧目也经过改革，得到新的发展。每年藏历7月初，全藏各著名剧团云集拉萨罗布林卡，献演藏戏，演出活动达一个半月左右，形成传统的戏剧节。□

【藏医】中国医药学中的瑰宝

【藏医】医药学的简称，是人民医疗经验和知识的总结。藏医药学将病理概括为“龙”“赤巴”与“培根”。诊断包括望问切，将疾病分为寒症和热症。治疗方法有催吐攻泄利水清热等，除了内服药外，还有针灸拔罐放血灌肠导尿冷热敷药物酥油烫药物浴等。藏药约1000余种，常用的有300多种，多采用成药。

【唐卡】庄严的供奉之物

【唐卡】是用纸或布作底，用彩缎装裱而成的彩色卷轴画。唐卡不仅是寺院僧舍必备的庄严之具，而且也是平民百姓的供奉之物。因品种和质地的不同可分为刺绣唐卡织锦唐卡贴花唐卡和珍珠唐卡。题材和内容十分丰富，多数以宗教活动为主题，同时反映藏族人民的历史和民族风情。□

【藏族雕刻艺术】民间雕刻自然粗犷

【藏族雕刻艺术】藏族的雕刻艺术，从画风上可分为宫廷雕刻与民间雕刻两种。宫廷雕刻拘谨刻板，而民间雕刻则自由豪放，单纯粗犷。民间雕刻渗透着更多的世俗生活风采，多见于经板麻尼石岩石古建筑物及法器等等。□

【壁画艺术】中国文化宝库中珍贵遗产

【壁画艺术】壁画艺术有着悠久的历史。早在2100多年前就开始萌芽。641年文成公主与藏王松赞干布联姻，把唐朝文化艺术带到，对壁画艺术的发展产生了很大的影响。壁画艺术构图严谨丰满，布局疏密有致，层次丰富，活泼多变，色彩鲜艳浓重，对比度好，尤其是“金”的大量应

用，不仅有“描金”“干贴”，还有在表现画面最明亮处的“磨金”。“金”



不仅用来勾线画图案，而且大量用在壁画中的饰物供品及佛像身上，光彩夺目。壁画艺术为研究社会的发展提供了文字记载所无法代替的形象的历史资料，是中国文化宝库中珍贵的遗产。□

【果谐】集体歌舞 喜庆欢畅

【果谐】流传在拉萨广大农村的一种集体歌舞，常见于村头广场打麦场上。节日里，场地上摆着一缸青稞酒，人们围着酒缸。拉手成圈，男女分班唱和，此起彼落，载歌载舞，顿地为节，连臂踏歌，从左向右沿圈移动。当唱词告一段落之后，由“谐本”（歌舞组织者）发出“休休休”或“曲曲曲”的叫声，合着节奏跳踏步开始舞蹈，这种节奏独舞步叫“谐个”（歌头）。“歌头”跳完，紧接着进入快速集体歌舞，有时舞群中出现男方跳一段后，女方又跳一段，男女双方歌舞竞赛的场面。跳完数遍之后，又由“谐本”带头呼喊“休休”，或说一段快板词，边说边跳，统一步伐，在一齐双脚跺地中热烈结束。这种含着快板说词的跳法叫“谐体”（尾声）。果谐的跳法是以1/4拍进行，跳时膝盖至脚掌硬直踏地，结实稳扎，节奏鲜明，以抒发集体热烈情绪为其基本特征。音乐曲调深厚纯朴，劳动气息很浓，其唱词表达的内容非常广泛，有歌唱劳动生活的，有抨击旧制度的，有描绘自然景色倾吐爱情的，也有歌颂宗教喇嘛寺庙等内容。

【堆谐】藏族民间舞蹈

【堆谐】藏族民间舞蹈，俗名“拉萨踢踏舞”。用2/4节拍，后半拍起步。跳舞时，脚蹬硬底皮鞋，通过踏出有变化的节奏表达内心的感情。踢踏舞由横笛扬琴六弦琴铜铃月琴等伴奏，节奏由慢而快，达到高潮时以结束步突然结束。

【朗玛谐】歌舞音乐 华贵典雅

【朗玛谐】原“内大臣”们所喜爱的一种华贵典雅的歌舞音乐。“朗玛”最早流行在拉萨，是以歌为主，歌舞结合。分为两大段，即“绛谐”（慢歌）和“觉谐”（快板歌）。慢歌部分可以弹琴清唱，也可以伴合歌声作平缓洒脱的反抬腿甩手踏节步。歌酣，当舞者叫一声“勒似”后，旋即进入快板舞曲，有似“堆谐”的踢踏舞。上身可以随着舞步旋转施礼揖拜的姿态动作。乐曲在欢快的踏踢步中应节结束。“朗玛”

的音乐比舞蹈更为丰富，因而运用和流行比舞蹈更广。

【札木聂】藏族拨弦乐器

【札木聂】藏语音译。藏族拨弦乐器，又名“六琴弦”。形制大小不一，琴身木制，以羊皮或蟒皮蒙面，无品位，有六弦，相邻两弦各为一组，定音相同。演奏时，斜挂腰间，用拨子弹奏，音色清脆响亮，用于歌舞伴奏和独奏。

【藏历新年】藏族人民最隆重的节日

【藏历新年】藏族人民最隆重的节日。它和汉族的春节在时间上大体一致，有时因闰月而晚一个月。从藏历12月初开始，家家户户便为过新年而忙碌起来。年前29日，每户都要大扫除，并于晚间在鞭炮声中把清扫的垃圾污秽统统送到附近路口点燃烧尽，表示除灾驱邪，来年幸福美满。还在灶房正中墙上和大门上画上各种图案以兆吉祥如意。晚饭全家团聚共餐“古吐”。“古”是“九”，此处表示廿九日；“吐”是“吐巴”，意为粥。粥里还放糌粑疙瘩，有的糌粑疙瘩里还包入辣椒木炭块羊毛等物。如果吃着辣椒，便象征食者嘴巴厉害；如果吃到木炭块，便象征心黑；如果吃着羊毛，便象征心地善良，等等。引得全家哄笑，倍增欢乐气氛。新年初一，要把长满青苗的长方小盆匣摆在佛龕前，预祝农业丰收。清晨，家中主妇要早早起来到河边或井边去背水，以兆吉祥。然后全家都起来，穿上节日盛装，按长幼顺序坐好，互相祝贺“吉祥如意”“幸福圆满”，之后欢庆聚餐。初二日开始，才与左邻右舍亲朋好友互相串门祝贺。节日期间，有的地方还举行赛马射箭唱歌跳舞等文体体育活动，极为热闹欢快。现行藏历新年以正月初一为岁首，是按藏历计算推行的。大约开始于元朝统一全国，萨迦派首领大元帝师八思巴执掌地方政权的时代。在此之前则是以麦熟为岁首。

【喇嘛教】隶属佛教一宗

【喇嘛教】7世纪中叶，吐蕃赞普松赞干布在唐文成公主和尼泊尔墀尊公主的影响下，信奉佛教。8

世纪，天竺僧人寂护莲花生等到传播显密两系佛教。外来佛教在与原有的本教长期相互影响相互斗争的过程中，形成了带有强烈地方色彩的佛教，人们习惯称之为喇嘛教。喇嘛教在漫长的发展过程中，形成了许多教派，如红教花教白教和黄教，其中黄教势力最大，信徒最多。黄教亦称格鲁派，为15世纪初宗喀巴所创立，主张僧众严持戒律，学经遵循次第，加强寺院组织等。宗教领袖是转世相承的的达赖和班禅。基本上是全民信仰佛教，在社会上至今仍有许多深受宗教影响的禁忌和活动。清代开始，黄教成为的执政教派。

【金宝顶帽】金丝银缎 光彩照人

【金宝顶帽】藏族帽子式样很多，男女各异，不同地区又花式各异。拉萨以金宝顶帽为最多。金宝顶帽用金丝缎金丝带和银丝缎做装饰，用氍毹和皮毛作料。做出的帽子，在阳光照耀下，闪闪发光，是男女老幼都喜欢戴的民族帽。

【藏族命名习惯】通常请活佛或长者取名

【藏族的命名习惯】给孩子取名在藏族人看来，是一件郑重的事，往往请活佛或有威望的长者进行。带孩子去活佛或长者住处时，要带上哈达和礼品。活佛取名时，总要起一些与佛教相关联的名字，如扎西(吉祥)次仁(长寿)德吉(幸福)平措(圆满)等。长者取名则是就他生活中接触到的事物而定，宗教色彩少些，如孩子是星期日出生，便取名为“普布”，星期二生的叫“米玛”，要么就是次吉(一日)次杰(八日)朗嘎(三十)之类。当然，也有父母告诉取名者自己的想法与愿望，如取“国吉”(我需要的生出来了)“桑珠”(我的心愿达到)“普赤”(招弟)“却巴”(到此结束)等等。藏族人的名字多为四个字，有些两个字的名字为四个字的缩写，如“单曲”为“单增曲扎”的简缩。□

【哈达】藏族最隆重的礼物



【哈达】是一种用白色丝麻织成的长巾，其长短不一，短者一二米，长者三五米。献哈达是藏族最普遍的一种礼节，婚丧节庆拜会尊长觐见佛像音讯往来送别远行等都有此习。献哈达是对人表示纯洁诚心忠诚的意思。自古以来，藏族认为白色象征纯洁吉利，所以哈达一般是白色的。当然也有五彩哈达，颜色为蓝白黄绿红。五彩哈达是献给菩萨和近亲时用的，是最隆重的礼物，只在特定的时候用。哈达是在元朝时传入的，萨迦法王八思巴会见元世祖忽必烈回时，带了第一条哈达回来。当时的哈达，两边是万里长城的图案，上面还有“吉祥如意”字样，故可以说哈达是从内地传入的。后来，人们对哈达又附会上宗教解释，说它是仙女的飘带。

【藏式碉房】造型完整 装饰富丽

【藏式碉房】藏族的住宅以藏式的碉房最有特色。在拉萨，碉房布局合理，造型完整，装饰富丽。一般环绕小院设置二至三层碉房，下层为起居卧室库房，上层除客房卧室外，还设有经堂和储藏室。乡间和山区的碉房，多依山而建，分为三层。一层关牲畜，二层为卧室厨房和储藏室，三层是修饰精美的经堂。

【酥油茶】藏族饮品 清香可口

【酥油茶】是藏族人不可缺少的饮料，由砖茶盐巴和酥油做成。如有客人拜访，家庭的主妇就会端出清香可口的酥油茶，恭恭敬敬地捧到客人面前。客人不能轻易拒绝，至少要喝上3碗，喝得越多，就会被认为懂得礼貌。

【酥油】日用食品 营养丰富

【酥油】是每个藏族人时刻不可缺少的食品，它是从牛羊奶中提炼出来的。其制作是将奶汁稍为加温，倒入叫作“雪董”的大木桶里，用力上下抽打，来回数百次，搅得油水分离，上面便浮一层淡黄色的脂肪质，把它舀起来，灌进皮口袋，冷却便成酥油。酥油有很高的营养价值，藏族群众一般很少吃菜和水果，日常热量除肉外，便靠酥油。酥油的吃法也很多，主要是打酥油茶喝，也有放在糌粑里调和着吃，逢年过节，群众炸果子“卡赛”，也用酥油。

【酥油花灯节】花灯璀璨 热闹非凡



【酥油花灯节】是以燃点酥油花灯为主的群众性娱乐活动。每年藏历正月十五，各寺庙的喇嘛及民间艺人，除燃点许多酥油灯外，还用酥油塑造各种人物鸟兽花草树木等放在特制木架上，与酥油灯同时摆供。夜幕降临，花灯闪烁，宛若群星降落，灿烂辉煌，人山人海，绕街观赏，热闹非凡。灯会上还有木偶表演，附近群众皆前来观赏，形成普遍性的盛大灯节庙会。

【青稞酒】 近于黄酒的水酒

【青稞酒】一种不经蒸馏近于黄酒的水酒，度数15~20度，几乎男女老少都能喝青稞酒。敬献客人时，客人要先喝3口，然后再干一杯，这样主人才会满意；否则，主人就认为没有礼貌或瞧不起人。

【萨噶达瓦节】 每年藏历4月15日举行

【萨噶达瓦节】是喇嘛教纪念佛祖释迦牟尼诞生圆寂成佛和文成公主进藏的日子。每年藏历4月15日在雄伟的布达拉宫后面的龙王潭畔举行。后逐渐演变成游园和预祝农牧业丰收的群众性节日。届时，拉萨市附近的藏族人民，朝拜过神佛后，纷纷来到依山傍水风景秀丽的龙王潭畔。春夏之交，潭水清澈见底，微风轻拂，碧波粼粼的湖面上荡着特有的牛皮船。登上湖心亭阁，眺望青藏高原明珠拉萨，别有情趣。湖边树荫下草坪上藏族同胞搭起五彩缤纷的帐篷，铺上花毡，摆上烟酒茶糖，全家小憩。青年们聚在草地上，伴随着悠扬的旋律，尽情地载歌载舞，为节日增添了无穷的乐趣。

【帮典】 藏族妇女的标志

【帮典】汉译为围裙，是藏族妇女喜爱的衣物之一，也是藏族妇女的标志。帮典织法独特，纺织精密，美观大方，色彩鲜明。它的生产一般先手工纺纱，然后染色刷毛，织成条状，再缝合成帮典。其品种很多，最好的藏语叫“斜玛”，用14~20种染色毛纱，精工织成。其次一种叫“布鲁”，是比较普通的帮典。

【藏袍】 大襟服装 古朴典雅

【藏袍】以氆氇为主要原料的藏装。男女藏袍都是大襟服装，男式以黑白氆氇为料，领子袖口襟和底边镶上色布绸子，显得古朴典雅，可作舞台服装用。藏袍一般比人的身高要长，穿时把腰部提起，腰间系上带(带子颜色以红蓝为多)



，既是腰带，又可当作装饰。女式藏袍大多以氆氇毛呢作料，夏秋穿不带袖子的藏袍，里头着花的或红绿等色彩鲜艳的衬衣，十分好看。冬天，女式藏袍一般有袖子。不论有袖无袖，腰间都要束红雪青绿色等绸缎或平面的腰带，下身前面要围一块“帮典”（围裙）。

【望果节】祈求丰收的传统节日

【望果节】“望果”是藏语译音，意为绕地头转圈。是人民渴望丰收的传统节日。秋收前择吉日举行，时间1~3天。届时，身穿各种藏袍腰系彩绸带的群众打着彩旗，毕恭毕敬地抬着青稞穗麦穗扎成的丰收塔，塔上系着洁白的哈达，敲锣打鼓，带着美好的祝愿，唱着颂歌，绕地头转圈，祈求丰收，然后进行丰盛的野餐。节日一过，便开始紧张的秋收。“望果”之俗相传始于布德贡杰赞普时期，后来逐渐演变成内容丰富群众性祈福和娱乐的节日。

【沐浴节】藏族人民特有的节日

【沐浴节】藏语叫“嘎玛日吉”（洗澡），是藏族人民特有的节日。在藏历7月6~12日举行，历时7天。时值夏末秋初，万里高原风和日丽，天高云淡，江河澄清，水流温和，气候宜人，无论是城市农村还是牧区，家家户户男女老少都到河边溪畔去洗澡。老年人在河边洗头擦身，年轻人在河中洗澡游泳，孩子们在水里嬉戏打水仗，此时的妇女们也毫无顾忌地尽情沐浴，把身体和全家的衣物都洗得干干净净。据说这时的河水就像圣水，可以涤邪祛祟，消除灾病，确保终年身体健康。节日期间，合家围坐在河边的帐篷里，喝茶饮酒进食，叙家常，谈古今，天伦之乐融融。青年男女还可互相邀约，或竞相击浪泅渡，或引吭高歌，或翩翩起舞，伴随流水哗哗，倒影憧憧，别有一番风光。

【雪顿节】每年藏历7月1日举行

【雪顿节】藏族人民的重要节日。每年藏历7月1日举行，为期四五天。雪顿是藏语译音，意思是“酸奶宴”，于是雪顿节便被解释为喝酸奶的节日。按喇嘛教格鲁派的规定，每年藏历6月15日至7月30日为禁期，大小寺庙的喇嘛不许外出，以免踏死小虫，待7月30

日解禁之后方可下山。喇嘛下山时，农民拿出酸奶敬献，形成雪顿节。五世达赖时，雪顿节开始演出藏戏。届时，拉萨市附近的居民，身着鲜艳的节日盛装，扶老携幼，提上酥油桶，带上酥油茶，来到罗布林卡。在繁茂的树荫下，搭起色彩斑斓的帷幕，在花香草肥的绿茵上，铺上新卡垫地毯，摆上果品佳肴，席地而坐，边饮边谈，载歌载舞，观看藏戏，享受节日的欢乐。下午，各家开始串帷幕做客，主人向来宾敬三口干一杯的“松准聂塔”（酒礼），唱各种不同曲调的劝酒歌。歌罢，客人将酒三口饮完。敬酒声祝福声欢笑声经久不息。当晚霞染红天际，人们才踏着暮色离开林卡。

【天葬】藏族人流行葬法

【天葬】是藏族人的流行葬法。就是死者停尸3~5天后，选个合适时日送到葬场。到葬场后先把尸体放在葬台上，然后在葬台附近烧起松柏香堆，香堆上撒上三荤三素糌粑，浓烟直冲云霄。点香升烟的目的，是“通知”“神鹰”到来。“神鹰”习惯见烟便飞来寻食。这时，操持天葬的人便将尸体从背面剖开。要是死者是个僧徒，在下刀时，先在背肉上划个有宗教意义的花纹。接着，剖腹取出内脏切肉剥去头皮割掉头颅。把肉都切成小块，堆放一旁；再捣碎骨头，拌以糌粑，捏成一团。然后先把骨团喂鸢鹰，再喂其肉。如果骨头没喂完，得再一块不剩地拣起，烧成灰，撒向四方，要一点不剩地把尸体处理掉，使死者“升天”。天葬完成后，代表死者家人的监督人，便拿出早已准备好的酒肉犒劳天葬职业者。

【糌粑】藏族主要食品

【糌粑】是藏族的一种主要食品。其制作方法是将青稞（属大麦类）晒干炒熟，磨成细面。藏族吃糌粑，大都是把糌粑面放在碗里，加点酥油茶，用手不断搅匀，到能捏成团为止，食时用手不断在碗里搅捏，成团叫“粑”，送嘴而食。也有一种吃法是烧稀的，里面放些肉蔬菜之类，叫做“土巴”。糌粑营养丰富，携带方便，出门只要怀揣木碗，腰束“唐古”（糌粑口袋），弄一点茶水就行，用不着生火做饭。

第二部分 项目周边情况

一交通：
A车流量

三



由于金珠西路目前正在修路，7月底尚可建成通车，目前几乎所有的进出拉萨的车流都不得不改道经走北京西路。所以，现阶段金珠西路的人车流量非常的少，但公路一旦建成通车，金珠西路将取代现在北京西路，真正成为拉萨市的“迎宾大道”。所以，我们在此次调查中，分了几个不同的时段分别对北京西路和金珠西路的人车流量分别进行了统计。

金珠西路

时间段	机动车数 /10分钟	非机动车 数/10分钟	行人数/10 分钟
10: 16~10: 26	21	45	63
12: 27~12: 37	31	30	51
17: 10~17: 20	28	41	55

北京西路

时间段	机动车数 /10分钟	非机动车 数/10分钟	行人数/10 分钟
10: 20~10: 30	245	50	12
10: 56~: 06	182	31	35

备注：下列对象未纳入统计

机动车不包括：货车市政用车（洒水车垃圾车托车等邮车）工程机械车

非机动车与行人不包括：小商小贩民工等

B公交线路

公交公司原有96路108

路经过金珠西，但目前由于金珠西路正在修路，此两条线路的公交车已经停开，到7月底金珠西路全线能竣工通车后，两条线路即会恢复。

但是，目前仍然有私人承包的城填公交线路（中巴车）在上下午的上下班时间会经过本项目，主要是200202402403204205路等。

二主要单位

以项目为中心，步行10分钟，所覆盖的范围中所包含主要大型单位情况如下：

A西勘集团地热

职工总数：约400人

职工人均年收入：约4万元

民族比例：汉族4成，藏族6成

职工+家属：约2500人

家庭人均年收入：约13万元

B西郊水厂

职工总数50多人

其余数据暂时不详

C邮政运输

职工总数：约200人

其余数据暂时不详

职工+家属：约350人

D二医院

职工总数：约400人

职工人均年收入：约4万元

住院部床位：250张

所减少)

职工+家属：约550人

家庭人均年收入：约3万元

入住病员：200多张（修路期间有

E77571部队

军事单位相关数据不详

F军区汽车修理厂

军事单位相关数据不详

G拉萨兵站

军事单位相关数据不详

H拉萨货运总站

职工总数：约300人

无家属宿舍

职工人均年收入：约35万元

I哈瓦坚地毯厂

职工总数：89人

其余数据暂时不详

J自治区北京小学：金珠西路：136#

老师20多个学生200多个

藏文班收费标准：

一年级	片内17285元	片外49785元
二年级	17461	49961
三年级	1782	5032
四年级	19506	5206
五年级	18739	51239

汉文班收费标准：

一年级	片内14772元	片外47272元
二年级	14822	47322
三年级	155	480
四年级	17121	49621
五年级	16437	48937

K自治区洛堆小学：

老师30多个，学生500多个

收费标准：不是孤儿的收280元一个学期，

孤儿与贫困家庭不收费

第三部分 关于竞争楼盘

一调查楼盘基本情况

1圣城花园

该项目由圣城建设集团房地产开发公司开发；项目位于拉萨市扎基路，规划套数为435套，藏式房的销售单价为2260元/平米（含院子围墙和附属用房价格），别墅的销售单价为3300元/平米；付款方式为按揭和一次性；

目前该项目已成现房，藏式房已销售完毕，仅有别墅尚未销售完。现目前别墅的价格为3660元/平米，较去年价格上涨了360元/平米，而且付款方式只能为一次性。

（备注：其透露在汽车三队将开发一个房产项目）

2 仙足岛

该项目由拉萨市房地产开发公司开发；项目位于仙足岛，规划套数为700多套，今年藏式房的建筑面积销售单价为2500元/平米；商铺的销售单价为3000元/平米；银行提供4成按揭。

目前该项目已成现房，住房并基本完成销售，仅剩余3套公寓：面积为6平米；6套藏式房：面积为205平米和168平米；通过已购买客户转卖房屋时了解到，该项目价格较去年上涨了100200元/平米；商铺全部销售完毕。

3 纳金小康住宅小区

该项目由拉萨市房地产开发公司开发；项目位于纳金路，规划套数为100多套，均为藏式房，面积为162平米148平米137平米和102平米；定价为建筑面积2460元/平米，开发商不承诺按揭。

现目前该项目尚为期房，但已全部销售完毕。其中主要以阿里人行拉萨电视台等团购为主，散户一户未买到。

4第九安居小区

该项目由拉萨市房地产开发公司开发；项目位于2

医院后,规划套数为70多套,均为藏式房,面积为162平米148平米137平米和102平米,定价为建筑面积2280元/平米,散户一户未买到。

现目前该项目尚为期房,但已全部销售完毕。其中有30多套为党校等集团购买。

5市政公司小康安居住小区

该项目由琅赛房产公司开发,项目位于夺底路,规划套数为250多套,均为藏式房,定价为23133033元/平米。付款方式为按揭,必须首付80%。

现目前该项目已经为现房,并已全部销售完毕。

该项目为市政公司自建房,因单位职工要钱不要房,后外界得知消息,有5000人报名购买,但之后250人买到房。

6哲蚌寺下的安居小区

该项目由宏发房产公司开发,项目位于哲蚌寺下,规划套数为141套,均为藏式房,去年的销售价格为18232045元/平米。

现目前该项目已经为现房,并全部销售完毕。通过已购买客户转卖房屋时了解到,该项目房屋转卖价格为22002500元/平米。

7金藏林卡

该项目由时代置业公司开发,项目位于金珠西路,规划套数146套,其中单体别墅为16套,均价为4380元/平米;联排别墅20套,均价为3700元/平米;公寓0套,均价3300元/平米。

现目前该项目别墅已经封顶,单体别墅已销售3套;联排别墅已销售17套;公寓已销售50%;今年的销售价格较去年均上调了5%。

8天海商业区

该项目由拉萨汽车运输总公司开发,位于天海路,规划为商业项目;

该项目现已基本封顶，正在招商；商铺只租不卖，以竞标承租权的方式招租，竞标成功拥有15年承租权。房屋租金按月交付，租赁合同一年一签。

二楼盘分析

1总面积与总价分析：

在调查中了解到，热销户型面积为102平米——162平米之间，总价为258万元——446万元之间。由此可知，现目前总价在50万元以下商品房正被广泛购房者所接受。

2价格涨幅分析：

由以上调查得知，房产市场价格今年有一定幅度上调，但上调幅度不到，涨幅基本上为100200元/平米之间。

3快速清盘原因分析：

因楼盘都销售完毕，无法对购买人群做细分，但从现目前的房产市场来看，由于现在人的收入增加，居住环境要求改变，房产增值带来的高回报使得现在的房产投资者增多，以及目前房产市场求大于供等原因，导致买房呈现火爆局面。再者，地区上的单位将职工的退休房安置在拉萨，也推动了目前房屋的热销。

另外，通过对热销的户型分析，较低的总价和较小的面积，是吸引客户购买的主要原因；

再则，通过对已经购买房的客户做抽样调查，发现以上房产公司未做任何广告，客户均是人传人的方式得知房屋的销售。但前期大量的客户报名排号，致使了以上部分项目的销售周期非常短暂。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/525231310130011303>